Відділ освіти Козівської районної державної адміністрації

Козівський районний будинок дитячої та юнацької творчості

Погоджено Затверджено

Протокол засідання науково - Педагогічною радою Козівського

методичної ради Козівського районного будинку дитячої та

районного методичного кабінету юнацької творчості

\_\_\_\_\_\_\_\_\_№ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Протокол № 1 від 03.09.2013р.

**Навчальна програма з позашкільної освіти**

**туристсько-краєзнавчого напряму**

**Літературно-краєзнавчий гурток**

**Козова – 2011**

**Автор:**

Ляхович Леся Михайлівна - керівник літературно-краєзнавчого гуртка Козівського районного будинку дитячої та юнацької творчості

Рецензенти:

Гладчук Лідія Левківна - методист Козівського районного методичного кабінету

Вітер Любов Богданівна – методист Козівського районного будинку дитячої та юнацької творчості

**Пояснювальна записка**

Літературно - краєзнавчий гурток розширює і збагачує знання вихованців про рідний край, реалізує інтерес до вивчення літературного та історико−культурного надбання України та світу, допомагає пізнати красу мови через вивчення усної народної творчості, розвиває естетичний смак, формує туристсько-спортивні та краєзнавчі знання, уміння і навички засобами позашкільної освіти.

Програма розрахована на роботу з гуртківцями , як правило, віком від 11 років і старших.

Програма передбачає навчання дітей в групах початкового, основного рівнів протягом п’яти років навчання.

На опрацювання навчального матеріалу відводиться по 216 годин першого, другого року навчання, початкового рівня, по 324 годин першого року навчання основного рівня, другого року навчання основного рівня, третього року навчання основного рівня.

Діяльність гуртка спрямована на:

* виявлення інтересу до краєзнавчої та творчої діяльності;
* поглиблення літературної освіти учнівської молоді;
* залучення до бездонної скарбниці національної культури;
* пошук невідомих чи маловідомих сторінок національної культури;
* набуття навичок літературно-краєзнавчої діяльності;
* вивчення і вшанування звичаїв, традицій, обрядів українського народу та своєї родини

В адаптовану програму внесено зміни, які обумовлені специфікою навчального закладу, наявністю фахових знань, власного досвіду керівника.

Метою програми є формування ключових компетентностей особистості у процесі навчання та засвоєння гуртківцями базових знань з туризму і краєзнавства.

Завдання програми :

- уміння спостерігати навколишній світ, знайомитися з пам’ятками літератури, історії і культури, фольклором, усною народною творчістю, письменниками рідного краю , формувати особистісне сприйняття дослідженого матеріал

- уміння оформляти літературно-краєзнавчі виставки, музеї, кабінети; орієнтуватися на місцевості за допомогою карти та компасу, проходити маршрути за легендою, дотримуватися основних правил техніки безпеки у туристських подорожах, експедиціях та змаганнях.

*-* набуття досвіду по складанню літописів літературного життя рідного краю, літературно-художньої карти рідного краю чи оформлення літературно-художнього календаря, опису маршруту 1-2 денного походу, систематизація зібраного матеріалу, участь в екскурсіях, краєзнавчих конференціях , експедиціях, акціях, пошуковій та дослідницькій роботі.

*-* здатність до співробітництва, соціальна активність, виховання культури спілкування, виховання свідомого ставлення до власної безпеки та безпеки оточуючих, збереження та примноження культури, звичаїв, традицій українського народу, повага до людей, формування позитивних якостей емоційно-вольової сфери (самостійність, колективізм, працелюбство, ініціативність, відповідальність та інші), виховання доброзичливості, вміння працювати в колективі.

Програма гуртка спрямована на формування системного мислення, поглиблення знань, умінь і навичок в роботі літературно-краєзнавчого гуртка, окремих навчальних дисциплін.

В основу програми літературно-краєзнавчого гуртка покладено базові блоки:

- літературне краєзнавство;

- спортивно-туристська підготовка;

- фізична культура та безпека життєдіяльності.

Важлива роль відводиться формуванню у гуртківців мовної культури, засвоєнню термінології з літературної творчості, краєзнавства та туристсько−краєзнавчої роботи, практичній роботі із зібраним літературно−краєзнавчим матеріалом.

Заняття гуртка організовується таким чином: одне заняття - теоретичне, друге – практичне. Екскурсії та практичні заняття є обов’язковими та необхідними складовими навчально-виховного процесу. Вони передбачають створення умов для наближення змісту тем до реального життя. Періодичність екскурсій і практичних занять на місцевості – один раз на місяць. Необхідною умовою організації екскурсій і практичних занять на місцевості є дотримання санітарно-гігієнічних вимог та техніки безпеки.

При плануванні екскурсій, практичних занять, подорожей, експедицій та змагань беруться до уваги сезонні зміни погоди, додаткові можливості для реалізації запланованих заходів під час канікул.

Для закріплення та реалізації набутих вихованцями знань, умінь та навичок у кінці навчального році проводиться літня туристсько−краєзнавча подорож (поза сіткою навчальних годин).

Програма передбачає варіативність як дидактичних принципів, так і елементів інноваційних методів навчання спрямованих на формування творчої особистості, включаючи оздоровчу спрямованість.

На заняттях гуртка використовую різноманітні методи навчання в залежності від віку гуртківців, саме:

пояснювально−ілюстративні (розповідь, пояснення, бесіда, ілюстрація, дискусія та інше);

репродуктивні (відтворювальні);

тренінгові (поглиблення знань, набуття вмінь та навичок);

пошукові (дослідницькі, пошукові);

літературно−творчі;

організаційно-масові методи навчання.

При проведенні практичних занять перевага надається вивченню бібліографії, фольклору, усної народної творчості, знайомству з літературною творчістю та краєзнавчими об’єктами, зустрічам з цікавими людьми, відвідуванню історико−культурних об’єктів, спостережень за природою, спортивним та рухливим іграм з елементами туризму та інше.

Застосовуються різноманітні засоби навчання: експедиційні матеріали, бібліографії, наочні посібники, картографічний, роздатковий матеріал, технічні засоби навчання.

Під час навчання в гуртку вихованці повинні набути навичок:

* роботи з компасом;
* картографічними матеріалами;
* користування туристським спорядженням та обладнанням;
* виконання топографічних робіт;
* свідомого ставлення до власного здоров’я .

**Початковий рівень, перший рік навчання**

**Тематичний план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Назва розділу, теми | Кількість годин | | | |
| Усього | В тому числі | | |
| теоретичних | Практичних | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 1 | **РОЗДІЛ 1.Вступна частина** | **9** |  |  | |
| 1.1. | Вступне заняття | 3 | 3 | - | |
| 1.2. | Забезпечення безпечних умов проведення навчальних занять та туристськокраєзнавчих подорожей | 3 | 3 | | - |
| 1.3. | Правила проведення туристських, краєзнавчих подорожей з учнівською молоддю | 3 | 3 | - | |
| 2 | **РОЗДІЛ2. КРАЄЗНАВСТВО** | **171** |  |  | |
| 2.1. | Краєзнавство - наука про Батьківщину | 9 | 6 | 3 | |
| 2.2 | Зміст, виховне значення краєзнавчої роботи | 18 | 9 | 9 | |
| 2.3. | Використання історичних матеріалів з минулого Тернопільщини в процесі вивчення літератури | 18 | 6 | 12 | |
| 2.4. | Фольклор і фольклористика Тернопільщини | 30 | 9 | 21 | |
| 2.5. | Видатні діячі культури й мистецтва Козівщини | 24 | 6 | 18 | |
| 2.6. | Наш край в художній літературі | 30 | 24 | 6 | |
| 2.7. | Літературні музеї, їх завдання, роль і значення у вивченні, пропаганді культурної спадщини. | 24 | 12 | 12 | |
| 2.8. | Навички літературно - краєзнавчої діяльності | 18 | 12 | 6 | |
|  | **РОЗДІЛ3** |  |  |  | |
| 3 | **Туристсько-спортивна підготовка** | **24** |  |  | |
| 3.1. | Туристсько – краєзнавчі можливості України | 3 | 2 | 1 | |
| 3.2. | Підготовка літературно - краєзнавчої подорожі. Вибір теми та району проведення заходу | 3 | 2 | 1 | |
| 3.3. | Туристське спорядження | 3 | 2 | 1 | |
| 3.4. | Організація харчування в подорожі | 3 | 3 | - | |
| 3.5. | Техніка руху на маршруті. Правила безпеки. | 3 | 3 | 1 | |
| 3.6. | Складання літературного маршруту. Добір краєзнавчого матеріалу. | 3 | 3 | - | |
| 3.7. | Літературно - краєзнавча експедиція | 3 | - | 3 | |
| 3.8. | Правила санітарії та гігієни. Перша долікарська медична допомога. | 3 | 1 | 2 | |
| 4 | **РОЗДІЛ4 . Фізична культура та безпека життєдіяльності** | **9** | 3 | - | |
| 4.1 | Загальна фізична підготовка | 3 | 1 | 2 | |
| 4.2 | Спортивні рухливі ігри | 6 | 1 | 5 | |
| 5 | **РОЗДІЛ5. Підсумкове заняття** | **3** |  |  | |
| 5.1. | Багатоденна краєзнавча подорож | Поза сіткою годин |  |  | |
|  | **РАЗОМ** | **216** | **114** | **102** | |
|  |  |  |  |  | |

**Початковий рівень, перший рік навчання**

**РОЗДІЛ 1. Вступна частина**

**1.1. Вступне заняття**

Вибір та обґрунтування краєзнавчої програми гуртка.

**1.2.Забезпечення безпечних умов проведення навчальних занять та туристсько-краєзнавчих подорожей.**

Техніка безпеки під час проведення занять у приміщеннях, спортивних залах, на спортивних майданчиках та на місцевості. Безпечні умови організації екскурсій. Правила дорожнього руху. Протипожежна безпека в туристських подорожах.

**1.3.Правила проведення туристських, краєзнавчих подорожей з учнівською молоддю.**

Вивчення Правил проведення туристських подорожей з учнівською молоддю України, затверджених наказом Міністерства освіти і науки України від 24.03.2006року № 237 « Про внесення змін до Правил проведення туристських подорожей з учнівською та студентською молоддю України».

Права та обов’язки учасників туристсько-краєзнавчих подорожей. Основні напрями робіт з підготовки подорожі. Забезпечення безпечних умов проведення подорожей.

**РОЗДІЛ 2. КРАЄЗНАВСТВО**

**2.1.Краєзнавство - наука про Батьківщину**. Становище краєзнавства у нашому краї. Походження терміну « краєзнавство». Роль краєзнавства у вивченні культури, духовних витоків містечка та рідного краю, його пізнавальне та виховне значення. Мій край в житті України.

**2.2.Зміст, виховне значення краєзнавчої роботи.**

Літературно - краєзнавчі можливості

Легенди, спогади, розповіді про походження рідного містечка. Методичні рекомендації, про розкритті теми необхідно познайомити гуртківців з літературою, що стосується рідного міста, краю. Джерела краєзнавчих знань. Ознайомлення з довідниками , краєзнавчою літературою, картографічним матеріалом тощо.

**2.3.Використання історичних матеріалів з минулого Тернопільщини в процесі вивчення літератури.** Згадки про наш край в історичних пам’ятках. Київський літопис про міста і села нашого краю. Легенди й перекази рідного краю. Короткий екскурс в історію виникнення жанрів легенди й переказу, їхнього побутування в народі. Стародавні міста Тернопільщини –Зборів, Почаїв, Бережани ,Збараж.. Їх значення в розвитку Київської Русі.

**2.4.Фольклор і фольклористика Тернопільщини**.

Історичні події пов’язані з місцевим краєм ( татаро-монгольська навала, національно-визвольна боротьба українського народу). Відображення життя і побуту в усній народній творчості, піснях переказах, приказках, прислів’ях.

Практичні заняття. Збирання народної творчості. Ознайомлення з місцями, які оспівуються в народному епосі. Фольклорно-етнографічні експедиції.

**2.5.Видатні діячі культури й мистецтва Тернопільщини.**

Перебування письменників , поетів в нашому краю. Іван Франко, Михайло Павлик, Осип Маковей,Ольга Дучимінська, Ірина Вільде… Пам’ятні місця пов’язані з ними. Розвиток культури та мистецтва на Тернопільщині. Творчий період Іванни Блажкевич, Павла Думки, Уласа Самчука, Богдана Лепкого, Івана Гнатюка, Романа Купчинського. Вплив діячів культури (Соломії Крушельницької, Леся Курбаса) на громадське й культурне життя регіону. Шевченко і Тернопільщина.

Практичне заняття.

Складання картотеки та виготовлення літературної карти Козівщини. Ознайомлення з літературно – пам’ятними місцями області, району.

**2.6.Наш край в художній літературі**. Минуле й сучасне нашого краю в творах художньої літератури. Ознайомлення (за книгами, статтями, іншими джерелами ) з подіями, місцями, які знайшли відображення в творчості письменників. Прототипи літературних героїв, їхня подальша доля.

Практичні заняття. Екскурсії до місць, які згадуються в творах, перегляд кінофільмів, заочні подорожі по карті області, виготовлення планшетів, альбомів.

Літературні музеї, їх завдання, роль і значення у вивченні, пропаганді культурної спадщини.

Музеї нашого краю. Музеї державні, народні, шкільні, їх завдання і роль у вивченні, пропаганді літературної спадщини.

Практичні заняття. Відвідування літературних музеїв,створення шкільних експозицій.

**2.7.Навички літературно-краєзнавчої діяльності.**

Пошуково-дослідна робота : запис творів усної народної творчості, спогадів, паспортизація. Вміння працювати з книгою, іншими джерелами літературними: конспектування необхідних даних, бібліографічна робота з каталогом. Вміння працювати в музеях : слухати й конспектувати бесіду екскурсоводів, самостійно працювати з експозиціями музеїв.

Практичні заняття. Опис і паспортизація літературних пам’яток.

**РОЗДІЛ3**

**3.ТУРИСТСЬКО-СПОРТИВНА ПІДГОТОВКА**

**3.1.Т**уристсько-краєзнавчі можливості України

Туристсько-краєзнавчі можливості регіонів України для проведення подорожей. Зв'язок туризму і краєзнавства.

**3.2.Підготовка літературно-краєзнавчої подорожі**. Вибір теми та району проведення заходу. Обгрунтування вибору району маршруту подорожі залежно від мети і теми маршруту. План підготовки до подорожі. Ознайомлення з районом подорожі(літературні джерела, зустрічі з учасниками походів в обраному районі). Розробка маршруту.

**3.3.Туристське спорядження**.

Загальні вимоги до спорядження(надійність, маса, естетичність, відповідність призначенню). Групове та особисте спорядження, його залежність від району експедиції, часу її проведення, способу пересування, тривалості. Принцип максимальної необхідності при доборі спорядження. Укладання рюкзака.

**3.4.Організація харчування в подорожі.**

Значення правильної організації харчування в подорожі. Режим харчування та водосолевий режим в подорожі. Калорійність, поживність та різноманітність харчування. Пакування, транспортування і зберігання продуктів.

**Практичні заняття**. Складання меню дводенного навчально-тренувального походу.

**3.5.Техніка руху на маршруті. Правила безпеки**.

Рух групи в пішому поході. Туристський стрій. Крок, темп, інтервал протягом дня і протягом мандрівки. Особливості руху туристської групи в певному районі. Техніка безпеки під час руху в лісі з густим підліском, при підйомах і спусках.

**Практичні заняття**.

Вироблення навичок руху туристським строєм по рівній і слабо пересічній місцевості з різними типами рослинного покриву.

**3.6.Складання літературного маршруту. Добір краєзнавчого матеріалу.**

Добір маршруту. Добір необхідного краєзнавчого , картографічного та літературного матеріалу. Розподіл обов’язків між членами групи. листування. Перевірка спорядження.

Літературно-краєзнавча експедиція.

**3.7.Правила санітарії та гігієни**. Перша долікарська медична допомога.

Правила особистої гігієни. Гігієна харчування. Профілактика захворювань і травмувань під час подорожі. Запобігання застудним захворюванням. Допомога при травмах і захворюваннях, пов’язаних з отруйними рослинами та грибами. Отруєння та опіки отруйними дикоростучими рослинами. Техніка накладання пов’язок.

**РОЗДІЛ4**

**4.Фізична культура та безпека життєдіяльності**.

**4.1.Загальна фізична підготовка**.

Просторові, силові, швидкісні параметри фізичної підготовки туриста. Розучування вправ , що потребують концентрації сили. Статичні та динамічні вправи.

**4.2.Спортивні рухливі ігри.**

Рухливі ігри з додатковими завданнями. Комплексні туристські ігри. Змагання та конкурси.

**РОЗДІЛ5**

**5.Підсумкове заняття**

**5.1.Підведення підсумків роботи гуртка за рік.** Відзначення кращих вихованців гуртка за підсумками навчання.

**Багатоденна - краєзнавча подорож**

Підготовка та проведення туристсько-краєзнавчої подорожі як форми комплексного закріплення та реалізації набутих вихованцями знань, умінь та навичок у навчальному році ( проводиться поза сіткою навчальних годин та, як правило, під час літніх канікул).

**Основні вимоги до знань і вмінь гуртківців:**

**Вихованці повинні:**

* вдумливо читати та критично аналізувати літературні твори, пов’язані з рідним краєм;
* опрацьовувати зібраний літературний фольклорний матеріал;
* аналізувати походження народних звичаїв;
* знати основні історичні періоди розвитку свого селища.

**Початковий рівень, другий рік навчання**

Тематичний план

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Кількість годин | | |
| Разом | В тому числі | |
| теоретичних | практичних |
| 1 | **РОЗДІЛ 1**  **Вступна частина** | **6** | **6** |  |
| 1.1 | Вступне заняття | 3 | 3 |  |
| 1.2. | Актуалізація знань попереднього навчального року. Техніка безпеки. Правила проведення екскурсійних подорожей з вихованцями | 3 | 3 |  |
| 2 | **РОЗДІЛ 2**  **Краєзнавство** | **147** | **79** | **68** |
| 2.1. | Робота з краєзнавчої теми | 18 | 6 | 12 |
| 2.2. | Українська народно - пісенна творчість | 15 | 9 | 6 |
| 2.3. | Музейна та архівна діяльність | 30 | 21 | 9 |
| 2.4. | Культурно - просвітницька діяльність на Козівщині | 36 | 12 | 24 |
| 2.5 | Формування літерату-  рно-творчих навичок | 24 | 15 | 9 |
| 2.6. | Повернення втраченої літературної спадщини | 24 | 16 | 8 |
| 3 | **РОЗДІЛ 3**  **Туристсько - спортивна підготовка** | **48** | **27** | **21** |
| 3.1 | Туристське та спортивне орієнтування | 9 | 3 | 6 |
| 3.2. | Туристське спорядження та відповідні вимоги техніки безпеки | 6 | 6 |  |
| 3.3. | Техніка пішохідного туризму | 6 |  | 6 |
| 3.4. | Туристські можливості нашого краю | 12 | 9 | 3 |
| 3.5. | Підготовка до краєзнавчої експедиції | 15 | 9 | 6 |
| 4 | **РОЗДІЛ 4**  **Фізична культура та безпека життєдіяльності** | **12** | **6** | **6** |
| 4.1 | Загальна і спеціальна підготовка гуртківця | 6 | 3 | 3 |
| 4.2. | Правила санітарії та гігієни. Перша долікарська допомога | 6 | 3 | 3 |
| 5 | **РОЗДІЛ 5**  **Підсумкове заняття** | **3** | **3** |  |
| 5.1. | Багатоденна туристсько – краєзнавча подорож | Поза сіткою годин |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **РАЗОМ** | **216** | **121** | **95** |

**Початковий рівень, другий рік навчання**

**Розділ1**

**1.ВСТУПНА ЧАСТИНА**.

**1.1.Вступне заняття.**

Актуалізація знань попереднього навчального року. Техніка безпеки. правила проведення екскурсійних подорожей з вихованцями.

Аналіз та систематизація зібраного матеріалу під час літньої експедиції. Правила проведення туристських подорожей з учнівською молоддю. правила техніки безпеки.

**РОЗДІЛ 2**

**2. КРАЄЗНАВСТВО**

**2.1. Робота з краєзнавчої теми.**

Ознайомлення з літературними джерелами. Збирання існуючого краєзнавчого матеріалу. Узагальнення зібраних матеріалів. Зустрічі з літературознавцями, письменниками, поетами, журналістами.

**2.2.Українська народно - пісенна творчість.**

Думи. Козацькі пісні. Чумацькі пісні. Стрілецькі пісні. Краса української пісні.

Практичні заняття. Запис народних пісень нашого краю з уст оповідача. Аналіз зібраного матеріалу.

**2.3. Музейна та архівна діяльність.**

Пошуково-дослідницька робота з літературними та літературно-меморіальними музеями. Робота з документами. Робота з каталогами. Складання картотеки. Робота в архівах. упорядкування бібліографії. Екскурсія в архів.

**2.4. Культурно-просвітницька діяльність на Козівщині.**

Історія краю. Місця, пов’язані із життям і діяльністю діячів культури,літератури. Виставки, публікації. Письменники – земляки.( Олесь Герета, Павло Штокалко, Богдан Мазепа, Василь Ярмуш, Юліан Тарнович…..)

Практичні заняття. Проведення читацьких конференцій, літературних вечорів. Зустрічі з літераторами. Збір літературно - краєзнавчого матеріалу і опрацювання його.

**2.5.Формування літературно-творчих навичок.**

Жанри прози. Газетні жанри. Жанри поезії. Основи поетики та версифікації. Формування естетичних і літературних уподобань. Творча робота під час мандрівок та екскурсій. Літературні вікторини, ігри. Розробка літературно - мистецьких годин, сценаріїв.

**2.6. Повернення втраченої літературної спадщини**.

Ознайомлення з маловідомими публікаціями про забутих, заборонених, репресованих та загиблих письменників. Читання творів. Робота над українськими поетичними збірками « На вершині літа», «Кольорові сни». Твори поетів нашого краю. Оцінка доробку літераторів. М.Волощук «Поезія з неволі»….

**РОЗДІЛ 3**

**3. ТУРИСТСЬКО-СПОРТИВНА ПІДГОТОВКА**

**3.1.Туристське та спортивне орієнтування**.

Туристське та спортивне орієнтування. Їх подібність і відмінність. Поняття «Крос-похід» . Особливості проведення змагань з на дистанції «Крос-похід». Особливості орієнтування в різних природних умовах. Рух за вказаним азимутом. Найпростіші вимірювання. Змагання між гуртківцями з орієнтування.

**3.2.Туристське спорядження та відповідні вимоги техніки безпеки**.

Загальні вимоги до спорядження (надійність , маса, компактність, відповідність призначенню). Принцип максимальної необхідності при доборі спорядження. Вимоги техніки безпеки до спеціального туристського спорядження. Практичне використання окремих видів спеціального туристського спорядження робота із затискачами, спусковими та гальмівними пристроями, мотузками різних властивостей тощо.

**3.3.Техніка пішохідного туризму.**

Опрацювання питань з техніки пішохідного туризму, тактичні прийоми, визначення порядку подолання перешкод.

**3.4.Туристські можливості нашого краю**.

Зв'язок туризму і краєзнавства. Розробка маршрутів - стежками нашого краю,туристсько-краєзнавчі можливості нашого краю.

**3.5.Підготовка до краєзнавчої експедиції**.

Обгрунтування вибору району і виду маршруту експедиції залежно від мети і складності маршруту. План підготовки до експедиції. Розробка маршруту. Поняття про кошторис подорожі та його складові частини.

**РОЗДІЛ4**

**4.ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ**.

**4.1. Загальна і спеціальна підготовка гуртківця**.

Загальна та спеціальна фізична підготовка гуртківця як фактори попередження і профілактики захворювань, травм, нещасних випадків, аварій тощо. Гігієнічні передумови занять загальною фізичною підготовкою. Основи техніки оздоровчого бігу.

**4.2. Правила санітарії та гігієни. Перша долікарська допомога.**

Правила особистої гігієни(догляд за шкірою, зубами тощо). Профілактика захворювань і травмувань під час подорожі. Допомога при травмах і захворюваннях, що виникли через неправильні дії туристів(опіки, порізи, отруєння).

**РОЗДІЛ 5**

**5. ПІДСУМКОВЕ ЗАНЯТТЯ**

**5.1.Підведення підсумків роботи гуртка в кінці навчального року.**

**Багатоденна туристсько-краєзнавча подорож**.

Підготовка та проведення туристсько-краєзнавчої подорожі як форми комплексного закріплення та реалізації набутих вихованцями знань, умінь та навичок у навчальному році (проводиться поза сіткою годин).

**Основні вимоги до знань і вмінь гуртківців:**

**Вихованці повинні:**

* вивчити історію рідного краю, відображену в літературних творах;
* набути навичок роботи науково-дослідницької праці;
* збирати та записувати елементи усної народної творчості;
* проводити фонозапис пісень, розповідей, переказів з історії нашого краю.

**Основний рівень, перший рік навчання**

**Тематичний план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Назва розділу, теми | Кількість годин | | |
| Разом | В тому числі | |
| теоретичних | практичних |
| **1** | **РОЗДІЛ 1**  **ВСТУПНА ЧАСТИНА** | **15** | **15** |  |
| 1.1  1.2. | Вступне заняття  Основні напрямки роботи гуртка, мета та завдання. Правила з техніки безпеки. Правила проведення екскурсійних подорожей і мандрівок з гуртківцями  Туристсько – краєзнавчі можливості України | 3  12 | 3  12 |  |
| **2.** | **РОЗДІЛ 2**  **КРАЄЗНАВСТВО** | **234** | **93** | **141** |
| 2.1. | Обереги нашої пам’яті. Усна народна творчість. Обрядово календарні пісні (колядки, щедрівки, веснянки,) обряди ,що їх супроводжують. | 36 | 18 | 18 |
| 2.2 | Виникнення літературної творчості | 24 | 6 | 18 |
| 2.3. | Біблія та біблійні сюжети. Історія релігій та літературна творчість народів | **27** | 9 | 18 |
| 2.4. | Фольклорні традиції Козівщини | 36 | 12 | 24 |
| 2.5. | Діячі культури рідного краю: дослідження творчої спадщини. | 45 | 24 | 21 |
| 2.6 | Літературні маршрути рідного краю | 27 | 6 | 21 |
| 2.7. | Відомі письменники і наш край | 15 | 9 | 6 |
| 2.8.  2.9. | Художня література та історія рідного краю  Організація експедиції | 15  9 | 6  3 | 9  6 |
| **3** | **РОЗДІЛ 3**  **Туристсько – спортивна підготовка** | **60** | **24** | **36** |
| 3.1. | Методика підготовки до туристсько - краєзнавчої експедиції | 9 | 6 | 3 |
| 3.2. | Туристське орієнтування. | 12 | 6 | 6 |
| 3.3. | Основи тактики підготовки і проведення туристських пішохідних походів. Подолання простих природних перешкод. | 12 | 6 | 6 |
| 3.4. | Розробка завдань і маршруту літературно – краєзнавчої експедиції | 27 | 6 | 21 |
| **4** | **РОЗДІЛ4**  **Фізична культура та безпека життєдіяльності** | **12** | **5** | 7 |
| 4.1. | Загальна і спеціальна фізична підготовка туриста | 3 | 1 | 2 |
| 4.2. | Рухливі ігри | 3 | 1 | 2 |
| 4.3 | Правила санітарії та гігієни | 6 | 3 | 3 |
| **5** | **РОЗДІЛ 5**  **Підсумкове заняття** | **3** | **3** |  |
| 5.1. | Багатоденна туристсько-краєзнавча подорож | Поза сіткою годин |  |  |
|  | **РАЗОМ** | **324** | **140** | **184** |

**Основний рівень, перший рік навчання**

**Розділ 1.**

**1.ВСТУПНА ЧАСТИНА**

**1.1.Вступне заняття. Основні напрямки роботи гуртка, мета та завдання. Правила з техніки безпеки.**

Правила проведення екскурсійних подорожей і мандрівок з гуртківцями. Вивчення Правил проведення екскурсійних подорожей і мандрівок, затверджених наказом Міністерства освіти і науки України. Права та обов’язки учасників подорожі. Забезпечення безпечних умов проведення подорожі.

**РОЗДІЛ 2**

**2. КРАЄЗНАВСТВО**

**2.1. Обереги нашої пам’яті.**

Усна народна творчість. Обрядово-календарні пісні(колядки, щедрівки, веснянки, гаївки, купальські, жнивні), обряди, що їх супроводжують. Осінньо-зимовий фольклор. Звичаї, традиції, обряди рідного краю. Обряд весілля в нашому краю. Весільні пісні, запис та розучування їх. Коломийки. У піснях історія мого народу . Родинно-побутові пісні нашої місцевості. Народні байки та анекдоти. Легенди, прислів’я, приказки.

**2.2.Виникнення літературної творчості.**

Історія та передумови виникнення літературно-художньої творчості в прадавні часи. Найдавніші мотиви легенд і міфів. Передумови виникнення релігії як основи прадавньої творчості. Легенди язичеських народів. Вивчення під час екскурсій до краєзнавчих та історичних музеїв духовного та творчого надбання древніх народів.

**2.3.Біблія та біблійні сюжети.**

Історія релігій та літературна творчість народів. Біблія як одне з головних духовних джерел народу. Біблія і мораль. Біблійні сюжети та світова художня творчість. Іудаїзм, християнство, іслам, виникнення та історія. Взаємопроникнення релігій. Світовий духовний досвід. Практичне ознайомлення зі зразками духовної культури. Концерти духовної музики та співу. Ознайомлення з пам’ятниками історії, релігії та архітектури, їх долею в історії.

**2.4.Фольклорні традиції Козівщини**.

Рідний край в легендах і переказах. Мої улюблені казки. Ознайомлення з історією назв сіл, річок, урочищ Козівського району. Народ скаже, як зав’яже ( прислів’я, приказки, народні прикмети, діалекти). Мовні особливості Козівщини.

**2.5.Діячі культури рідного краю:дослідження творчої спадщини.**

Наші славні земляки. Український письменник (Лев Лотоцький, Антін,Володимир,Михайло Лотоцькі - видатні діячі літературного краєзнавства. Новеліст, етнограф Йосип Когут. Публіцист і дослідник В.Бемко упорядник книга «Бережанська земля». Літописець запорожців Олена Апанович. Перебування письменників , митців, громадських , культурних діячів у нашому краї (Я.Осмомисл, У.Ф.Вердум , К.Устиянович). Вплив діячів культури на громадське життя регіону (М.Західний, М.Трофим’як). Складання картотеки. Виготовлення літературної карти Козівщини. Екскурсія в музей І.Блажкевич. Ознайомлення з літературно0памятними місцями області, району, нашого містечка. Євген Корницький і наш край.

**2.6.Літературні маршрути рідного краю.**

Меморіальні музеї, музеї-садиби, пам’ятні літературні місця нашого краю. Огляд екскурсійних довідників, буклетів. Літературні музеї рідного краю.

**2.7.Відомі письменники і наш край.**

(В.Вихрущ, Я.Тучапський, Г.Сім’я…..)

**2.8.Художня література та історія рідного краю.**

Класична література та фольклор. Літературно-художній твір як історичний документ епохи. Історичний словник епохи. Твори художньої літератури про рідний край. Мемуарна література та історія краю. Епістолярне надбання.

Практичні заняття. Походи та екскурсії місцями життя і творчої діяльності письменників. Використання літературного твору як путівника. Складання екскурсійної легенди за допомогою літературних творів.(Августівка, В.Ходачків,Кальне…)

**2.9.Організація експедиції.**

Організація експедиції. Вибір та обґрунтування маршруту експедиції. Розподіл обов’язків між членами групи. Добір необхідного краєзнавчого матеріалу. Оптимізація знань учасників експедиції.

**РОЗДІЛ 3**

**3.ТУРИСТСЬКО- СПОРТИВНА ПІДГОТОВКА**

**3.1.Методика підготовки до туристсько-краєзнавчої експедиції**

Обгрунтування вибору району і виду маршруту експедиції залежно від мети і складності маршруту. План підготовки до експедиції. Ознайомлення з районом експедиції(літературні джерела, звіти про походи, зустрічі з учасниками походів в обраному районі). Розробка маршруту. Поняття про кошторис подорожі та його складові частини.

**3.2Туристське орієнтування.**

Поняття «туристське орієнтування». Види туристського орієнтування:

рух за заданим азимутом і картою;

рух у заданому напрямку за картою з проходженням через контрольні пункти (КП);

орієнтування на маркованому маршруті;

рух за заданим азимутом і відстанню;

рух без карти за легендою;

визначення точки стояння.

**Практичне заняття**

Вироблення навичок з видів туристського орієнтування

**3.3. Основи тактики підготовки і проведення туристських пішохідних походів. Подолання простих природних перешкод**.

Поняття «тактики» походу. Основне завдання тактики - безпечне проходження запланованого маршруту. Залежність тактики походу від природних умов, господарської та туристської освоєності району походу, часу його проведення, протяжності та складності маршруту, підготовленості учасників і схоженості групи.

Техніка руху і подолання природних перешкод у різних умовах. Принципи економії сил, раціональності руху і способу подолання перешкод, забезпечення безпеки учасників походу.

Особливості руху: по стежках, по трав’янистих схилах, через лісову хащу, через болото. Подолання водних перешкод. Техніка виконання переправ, страховка та самостраховка.

**Практичні заняття.**

Набуття навичок подолання простих перешкод:

через болото по купинах;

канави, рову, струмка за допомогою жердини;

хащі, завалу;

річки вбрід шеренгою (стінкою), із жердиною, «таджицьким» способом, обличчям один до одного тощо;

рух по схилу (підйом, спуск, траверс) з альпенштоком;

в’язання вузлів (провідник, подвійний провідник, швейцарський провідник, «вісімка», прямий, академічний, зустрічний, грудної обв’язки, бесідки тощо).

Практичні заняття.

3**.4. Розробка план - графіка проходження основних і запасних варіантів маршруту.**

Організація проведення розвідки на маршруті.

**РОЗДІЛ 4**

**4.Фізична культура та безпека життєдіяльності**

**4.1.Загальна і спеціальна фізична підготовка туриста**

Загальна та спеціальна фізична підготовка туриста як фактори попередження і профілактики захворювань, травм, нещасних випадків, аварій тощо.

Гігієнічні передумови занять загальною фізичною підготовкою. Основи техніки оздоровчого бігу. Положення голови, тулуба, рук; розслаблення м’язів плечового поясу. Робота рук під час бігу. Постановка стопи на землю. Довжина кроку. Дихання під час бігу.

Біг на 100 м; біг з рівномірним прискоренням. Спеціальні бігові вправи. Біг на 400 м; біг з повторним прискоренням 15 - 20 м і вільний між ними. Біг на 2000 м.

Стрибки: у довжину, висоту, у «кроці» через перешкоду.

Метання м’яча та гранати з розбігу, вправи для розвитку та зміцнення зв’язок плечового та ліктьового суглобів.

**4.2.Рухливі ігри.**

Значення рухливих ігор, різноманітності рухів. Швидкість, точність рухів, спритність, витривалість. Вольові якості людини, що сприяють досягненню мети в спортивній грі.

Баскетбол, футбол, волейбол, гандбол, рухливі ігри, естафети.

**Практичні заняття.**

Удосконалення навичок гри в баскетбол, футбол, волейбол, гандбол за відповідними правилами. Додаткові завдання на певну гру. Прийоми дії з партнером та протидії із суперником у відповідній грі.

**4.3. Правила санітарії та гігієни**

Правила особистої гігієни (дотримання режиму дня, ранкова гімнастика, калорійне харчування, догляд за шкірою, зубами, чистота ніг тощо). Гігієна одягу та взуття (правильний вибір взуття та одягу). Гігієна харчування та водносолевий режим.

**РОЗДІЛ 5**

**5. ПІДСУМКОВЕ ЗАНЯТТЯ**

**5.1. Підведення підсумків роботи гуртка за рік.**

Відзначення кращих вихованців гуртка за підсумками навчання. Завдання на літо.

**Багатоденна туристсько-краєзнавча подорож**

Підготовка та проведення туристсько-краєзнавчої подорожі як форми комплексного закріплення та реалізації набутих вихованцями знань, умінь та навичок у навчальному році (проводиться поза сіткою навчальних годин та, як правило, під час літніх канікул).

Основні вимоги до знань і вмінь гуртківців:

* поглибити знання та вміння з краєзнавчо-пошукової та дослідницької діяльності
* вміти визначати літературні жанри та форми, художні засоби
* здобути первинні знання з літературно-творчої роботи
* ознайомити з основами поетики
* працювати з архівними документами

**Основний рівень, другий рік навчання**

**Тематичний план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Назва розділу, теми | Кількість годин | | |
| Усього | В тому числі | |
| теоретичних | практичних |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* |
| 1 | **РОЗДІЛ 1**  **ВСТУПНА ЧАСТИНА** | ***15*** | ***6*** | ***9*** |
| 1.1. | Вступне заняття | 3 | 3 | - |
| 1.2. | Актуалізація знань попереднього навчального року. Техніка безпеки. Правила проведення туристських подорожей з учнівською та студентською молоддю | 3 | 3 | - |
| 1.3. | Опрацювання матеріалів багатоденної краєзнавчої експедиції | 9 | - | 9 |
| 2 | **РОЗДІЛ 2**  **Краєзнавство** | ***240*** | ***87*** | ***153*** |
| 2.1. | Забуті імена. Повернення втраченої літературної спадщини | 36 | 12 | 24 |
| 2.2. | Літературно-краєзнавча діяльність | 30 | 12 | 18 |
| 2.3. | Майстри слова рідного краю. | 36 | 18 | 18 |
| 2.4. | Історія виникнення літературної творчості  Літературні видання | 24 | 6 | 18 |
| 2.5. | Масові заходи: експедиції,  конкурси, конференції, екскурсії тощо | 54 | 15 | 39 |
| 2.6. | Народні ремесла нашого краю як складова частина загальної художньої культури | 36 | 12 | 24 |
| 2.7. | Пам’ятники видатним людям літератури, культурно-громадським діячам краю | 24 | 12 | 12 |
| 3 | **РОЗДІЛ 3**  **Туристсько-спортивна підготовка** | ***36*** | ***12*** | ***24*** |
| 3.1. | Єдина спортивна класифікація України. Вимоги до присвоєння спортивних розрядів з туризму | 3 | 3 | - |
| 3.2. | Порядок оформлення туристської маршрутної та звітної документації. | 3 | - | 3 |
| 3.3. | Туристське орієнтування | 6 | 3 | 3 |
| 3.4. | Тактика туристських походів | 3 | 3 | - |
| 3.5. | Основи техніки пішохідного туризму. Подолання простих природних перешкод | 9 | 3 | 6 |
| 3.6. | Проведення дводенного навчально−тренувального походу | 12 | - | 12 |
| 4 | **РОЗДІЛ 4**  **Фізична культура та безпека життєдіяльності** | ***30*** | ***7*** | ***23*** |
| 4.1. | Загальна і спеціальна фізична підготовка туриста | 18 | 3 | 15 |
| 4.2. | Спортивні та рухливі ігри | 3 | 1 | 2 |
| 4.3. | Правила санітарії та гігієни. Перша (долікарська) медична допомога | 9 | 3 | 6 |
| 5. | **РОЗДІЛ 5**  **Підсумкове заняття** | ***3*** | ***3*** | ***-*** |
| 5.1. | Багатоденна туристсько-краєзнавча подорож | Поза  сіткою годин |  |  |
|  | **РАЗОМ:** | **324** | **115** | **209** |

**ЗМІСТ ПРОГРАМИ**

**РОЗДІЛ 1**

**ВСТУПНА ЧАСТИНА**

**1.1.Вступне заняття**

Зміст і завдання роботи гуртка на навчальний рік. Особливості роботи юних краєзнавців.

**Актуалізація знань попереднього навчального року. Техніка безпеки. 1.2.Правила проведення туристських подорожей з учнівською та студентською молоддю .**

Актуалізація знань попереднього навчального року з основних тем літературного краєзнавства.

Техніка безпеки під час проведення занять у приміщеннях, спортивних залах, на спортивних майданчиках та на місцевості. Безпечні умови організації екскурсій. Правила дорожнього руху. Норми поведінки у міському та міжміському транспорті. Протипожежна безпека в туристських подорожах.

Правила проведення туристських подорожей з учнівською та студентською молоддю України відповідно до наказу Міністерства освіти і науки України від 24.03.2006 року № 237 «Про внесення змін до Правил проведення туристських подорожей з учнівською та студентською молоддю України».

**1.3. Опрацювання матеріалів багатоденної краєзнавчої експедиції**

Оформлення звітів краєзнавчої експедиції. Монтаж та облаштування експозиційного матеріалу. Рецензування роботи.

**РОЗДІЛ 2. КРАЄЗНАВСТВО**

**2.1. Забуті імена. Повернення втраченої літературної спадщини .**

Ознайомлення з новими та маловідомими публікаціями про забутих і загиблих письменників. Читання творів. Оцінка доробку літераторів.

**Практичні заняття.**

Пошук літераторів, листування та зустрічі з родичами, нащадками, друзями письменників та інших діячів культури. Збирання краєзнавчого матеріалу. Читання творів. Початкова літературно-критична робота. Підготовка та проведення літературно-драматичних вечорів, читацьких конференцій тощо.

**2.2. Літературно−краєзнавча діяльність**

Ознайомлення з літературними джерелами. Збирання існуючого краєзнавчого матеріалу. Складання бібліографічних відомостей. Листування. Упорядкування запитань анкет, зразків усної народної творчості зі слів оповідача. Аналіз зібраного матеріалу. Зу­стрічі з літературознавцями, письменниками, перекладачами, журналістами, артистами, краєзнавцями, культурологами та ін. нашого краю. Ведення літературного щоденника; спеціального щоденника.

Походи, екскурсії, музейна діяльність. Робота за завданнями шкільних, державних, меморіальних музеїв.

**Практичні заняття.**

Робота з літературними та літературно-меморіальними музеями. Підготовка доповідей на визначену тему. Походи та екскурсії з елементами літературно-краєзнавчої діяльності.

**2.3. Майстри слова рідного краю**

Поети - початківці Козівщини: Оленка Дзік, Оксана Пухонська, Оксана Круць, Галина Головата, Оксана Драгущак, Степан Худко, Марія Муравська, Леонія Бідяк ,Ольга Попадюк…. Творчість сучасних поетів, митців: Валентина Ждан, Йосип Мартинюк, Ганна Назарків, Василь Ганішевський, Ольга Лихолат.

Практичні заняття.

Опрацювання збірки молодих поетів «Перші ластівки». Написання рефератів. Розробка сценаріїв.. Зустрічі з творчими людьми.

**2.4. Історія виникнення літературної творчості .**

Історія та передумови виникнення літературно-художньої твор­чості людини в прадавні часи. Найдавніші мотиви легенд і міфів. Передумови виникнення релігії як основи прадавньої творчості. Легенди язичницького періоду слов’янських племен на території сучас­ної України. Легенди язичницьких народів.

**Практичні заняття.**

Вивчення духовного та творчого надбання древніх народів під час екскурсій до краєзнавчих та історичних музеїв. Ознайомлення з літературою античного періоду

**2.5. Масові заходи: походи, експедиції, екскурсії, конкурси, конференції тощо .**

Краєзнавчі масові заходи: походи, експедиції, екскурсії, конкурси. Вибір маршруту. Підбір необхідного краєзнавчого, картографічного та літературного матеріалу. Розподіл обов’язків між членами групи. Перевірка спорядження.

**Практичні заняття.**

Проведення походів, екскурсій. Екскурсійна робота. Впровадження та ведення щоденника гуртка. Оформлення зібраного матеріалу. Проведення літературних вечорів, читацьких конференцій, фольклорних вечорів тощо. Оформлення літературознавчих експозицій та виставок у музеї навчального закладу.

Виступи перед школярами та батьками. Проведення вистав, концертів, вечорів тощо. Зустрічі з літераторами. Налагодження постійних зв’язків з письменниками. Обмін досвідом роботи з літературними гуртками, літературно-краєзнавчим активом інших шкіл, міст, сіл тощо. Сценарна робота. Залучення громадськості до роботи гуртка.

**2.6. Народні ремесла нашого краю.**

Розвиток ремесел у нашому краї як складової частини художньої культури. Дерев’яне зодчество. Архітектура, скульптура. Художня обробка дерева, різьбярство. Вишивка, плетіння.

**Практичні заняття**.. Відвідання виставок декоративно - прикладного мистецтва. Екскурсії. Зустрічі з місцевими майстрами.

**2.7. Пам’ятники видатним людям літератури, культурно-громадським діячам.**

Ознайомлення з об’єктами культури, архітектури, пам’ятниками нашого краю. Творчість сучасних скульпторів, художників.

**Практичні заняття**.

Паспортизація пам’ятників. Екскурсія околицями містечка до пам’ятних місць.

**РОЗДІЛ 3**

**3. ТУРИСТСЬКО-СПОРТИВНА ПІДГОТОВКА (32 год)**

**3.1. Єдина спортивна класифікація України. Вимоги до присвоєння спортивних розрядів з туризму**

Єдина спортивна класифікація України. Вимоги до присвоєння спортивних розрядів з туризму за участь у туристських походах та змаганнях.

**3.2. Види і порядок оформлення туристської маршрутної та звітної документації**

Порядок оформлення туристської маршрутної документації. Туристські маршрутно-кваліфікаційні комісії (МКК). Кошторис експедиції і його складові частини.

Структура письмового звіту про експедицію. Розподіл обов’язків між членами групи з підготовки окремих розділів звіту. Єдині вимоги до підготовки технічного опису маршруту: достовірність, точність орієнтирів, напрямків, відстаней; лаконічність; наявність додаткового ілюстрованого матеріалу і рекомендації щодо проходження складних ділянок (схеми проходження, фотографії тощо). Робота над звітом у польових і камеральних умовах.

**Практичні заняття.**

Практичне ознайомлення зі зразками заповнення маршрутних листів і книжок. Складання кошторису умовної багатоденної експедиції. Практичне ознайомлення з кращими звітами про туристсько-краєзнавчі експедиції інших груп. Складання звіту навчально-тренувального дводенного походу.

**3.3. Туристське орієнтування**

Поняття «туристське орієнтування». Види туристського орієнтування:

рух за заданим азимутом і картою;

рух у заданому напрямку за картою з проходженням через контрольні пункти (КП);

орієнтування на маркованому маршруті;

рух за заданим азимутом і відстанню;

рух без карти за легендою;

визначення точки стояння.

**Практичне заняття**

Вироблення навичок з видів туристського орієнтування.

**3.4. Тактика туристських походів**

Поняття «тактика походу». Основне завдання тактики – безпечне проходження запланованого маршруту. Залежність тактики походу від природних умов, господарської та туристської освоєності району походу, часу його проведення, протяжності та складності маршруту, підготовленості учасників і злагодженості дій групи.

Опрацювання питань тактики походу в підготовчий період, попереднє визначення основного і запасного варіантів маршруту та варіантів подолання складних ділянок місцевості, відходу з маршруту в разі аварійної ситуації; складання плану-графіка подорожі, режиму дня; підбір і підготовка необхідного спорядження, продуктів харчування, визначення місць купівлі продуктів на маршруті.

Тактичні прийоми під час походу: регулярна розвідка місцевості за маршрутом, визначення порядку подолання перешкод, швидкості й ритму руху на маршруті залежно від природних умов, самопочуття учасників та інших факторів.

**Практичні заняття.**

Розробка плану-графіку проходження основних і запасних варіантів маршруту, відходів з маршруту в разі виникнення аварійних ситуацій. Організація і проведення розвідки на маршруті.

**3.5. Основи техніки пішохідного туризму. Подолання простих природних перешкод**

Техніка руху і подолання природних перешкод у різних умовах. Принципи економії сил, раціональності

**Практичні заняття.**

Набуття навичок подолання простих перешкод:

• через болото по купинах;

• канави, рову, струмка за допомогою жердини;

• хащі, завалу;

• річки вбрід шеренгою (стінкою), із жердиною, «таджицьким» способом, обличчям один до одного тощо;

• рух по схилу (підйом, спуск, траверс) з альпенштоком;

• в’язання вузлів (провідник, подвійний провідник, швейцарський провідник, «вісімка», прямий, академічний, зустрічний, грудної обв’язки, бесідки тощо).

**3.6. Проведення дводенного навчально-тренувального походу**

**Практичні заняття.**

Проведення дводенного навчально-тренувального походу з практичним закріпленням знань, набутих навичок з організації привалів, ночівель, приготування їжі на вогнищі, руху по пересіченій лісовій місцевості, подолання трав’янистих схилів, орієнтування на місцевості за компасом і картою.

**РОЗДІЛ 4.**

**4. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ**

**4.1. Загальна і спеціальна фізична підготовка туриста**

Загальна та спеціальна фізична підготовка туриста як фактори попередження і профілактики захворювань, травм, нещасних випадків, аварій тощо.

Гігієнічні передумови занять загальною фізичною підготовкою. Основи техніки оздоровчого бігу. Положення голови, тулуба, рук; розслаблення м’язів плечового поясу. Робота рук під час бігу. Постановка стопи на землю. Довжина кроку. Дихання під час бігу.

Біг на 100 м; біг з рівномірним прискоренням. Спеціальні бігові вправи. Біг на 400 м; біг з повторним прискоренням 15 - 20 м і вільний між ними. Біг на 2000 м.

Стрибки: у довжину, висоту, у «кроці» через перешкоду.

Метання м’яча та гранати з розбігу, вправи для розвитку та зміцнення зв’язок плечового та ліктьового суглобів.

Гімнастика. Організуючі вправи: фігурне марширування з різними перешикуваннями і поворотами без зупинок. Акробатичні вправи. Виси і упори. Опорні стрибки. Вправи на колоді (для дівчат).

**Практичні заняття.**

Розучування техніки оздоровчого бігу, правильного дихання. Вивчення спеціальних бігових вправ, вільного бігу з рівномірним прискоренням, бігу зі зміною швидкості на різних ділянках дистанції. Відпрацювання елементів у стрибках у довжину і висоту. Виконання акробатичних вправ, висів і упорів, опорних стрибків, вправ на колоді.

**4.2.Спортивні та рухливі ігри**

Значення рухливих ігор, різноманітності рухів. Швидкість, точність рухів, спритність, витривалість. Вольові якості людини, що сприяють досягненню мети в спортивній грі.

Баскетбол, футбол, волейбол, гандбол, рухливі ігри, естафети.

**Практичні заняття.**

Удосконалення навичок гри в баскетбол, футбол, волейбол, гандбол за відповідними правилами. Додаткові завдання на певну гру. Прийоми дії з партнером та протидії із суперником у відповідній грі. Проведення естафет.

**4.3. Гігієна туриста. Перша (долікарська) медична допомога**

Правила особистої гігієни (догляд за шкірою, зубами тощо). Гігієна одягу та взуття (правильний вибір одягу та взуття). Гігієна харчування та водносолевий режим.

Профілактика захворювань і травмувань під час подорожі. Запобігання простудним захворюванням і відмороженням.

Допомога при травмах і захворюваннях, що виникли через неправильні дії туристів (опіки, порізи, отруєння).

Потертості, мозолі тощо.

Переломи та їх види, вивихи, розтяги, струс мозку, забиття голови, грудей, живота.

Гостра судинна недостатність, непритомність, шок.

Кровотечі. Види кровотеч. Внутрішні та зовнішні кровотечі. Правила та техніка накладання джгуту.

Допомога при травмах і захворюваннях, що виникли внаслідок несприятливих метеорологічних умов (обмороження, простудні захворювання, тепловий та сонячний удари, сонячні опіки, снігова сліпота і переохолодження від вітру, води, холоду тощо).

Допомога при пораненнях, укусах отруйних змій, комах, лісових кліщів.

Отруєння та опіки отруйними дикоростучими рослинами.

Отруєння грибами.

Техніка накладання пов’язок. Принципи та методи реанімації.

Долікарська допомога при гострих захворюваннях черевної порожнини (гострий живіт).

Простудні захворювання. Лікування в польових умовах. Похідна аптечка.

**Практичні заняття.**

Накладання пов’язок, шин при різних типах переломів, вивихів, розтягів, забиттів тощо.

Вивчення ознак і причин різних захворювань. Розпізнання цих ознак.

Виготовлення нош, способи транспортування потерпілого, техніка реанімації (штучна вентиляція легень, непрямий масаж серця).

**РОЗДІЛ 5.**

**5.1. ПІДСУМКОВЕ ЗАНЯТТЯ**

Підведення підсумків роботи гуртка за рік. Відзначення кращих вихованців гуртка за підсумками навчання. Завдання на літо.

**Багатоденна туристсько-краєзнавча подорож**

Підготовка та проведення туристсько-краєзнавчої подорожі як форми комплексного закріплення та реалізації набутих вихованцями знань, умінь та навичок у навчальному році (проводиться поза сіткою навчальних годин та, як правило, під час літніх канікул).

Основні вимоги до знань і вмінь гуртківців:

Вихованці повинні набути навичок:

* літературно-творчої роботи
* літературно-пошукової роботи
* агітаційно-просвітницької роботи
* набути практичних навичок краєзнавчо-пошукової експедиційної роботи

**Основний рівень, третій рік навчання**

Тематичний план

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Назва розділу, теми | Кількість годин | | |
| Разом | В тому числі | |
| теоретичних | практичних |
| 1 | **РОЗДІЛ 1**  **Вступна частина** | **9** | **6** | **3** |
| 1.1 | Вступне заняття  Актуалізація знань попереднього навчального року. Техніка безпеки. Правила проведення краєзнавчих подорожей з учнівською молоддю | 3  3 | 3  3 |  |
| 1.2. | Опрацювання матеріалів багатоденної краєзнавчої експедиції | 3 |  | 3 |
| 2 | **РОЗДІЛ 2**  **Краєзнавство** | **261** | **126** | **135** |
| 2.1 | Літературне краєзнавство, його основи. Літописання | 27 | 9 | 18 |
| 2.2 | Літературно – краєзнавчі сторінки рідного краю. | 30 | 21 | 9 |
| 2.3. | Сучасне літературне та культурне життя Ко- зівщини . Майстри слова рідного краю | 45 | 30 | 15 |
| 2.4. | Твори художньої та публіцистичної літератури про рідний край. Мемуарна література. Пам’ятники видатним людям літератури, мистецтва, культурно – громадським діячам краю | 36 | 24 | 12 |
| 2.5. | Репресоване краєзнавство. Культурно -  просвітницька діяльність в гуртку. | 30 | 12 | 18 |
| 2.6. | Екскурсія як спосіб пізнання навколишнього світу. Класифікація екскурсій . Підготовка лекторів та екскурсоводів з тем роботи гуртка | 27 | 9 | 18 |
| 2.7. | Підготовка до краєзнавчої експедиції. Добір маршруту. Листування. Спорядження. | 30 | 12 | 18 |
| 2.8. | Масові заходи: походи, науково – практичні конференції, експедиції тощо. Підготовка до масових заходів | 36 | 9 | 27 |
| 3 | **РОЗДІЛ ІІІ**  **Туристсько - спортивна підготовка** | **33** | **15** | **18** |
| 3.1. | Топографія. Орієнтування на місцевості | 9 | 3 | 6 |
| 3.2. | Організація харчування в подорожі | 3 | 3 |  |
| 3.3. | Порядок оформлення туристської маршрутної та звітної документації. | 12 | 6 | 6 |
| 3.4. | Літературно – краєзнавча експедиція. Обробка зібраного краєзнавчого матеріалу. | 9 | 3 | 6 |
|  | | | | |
| **4** | **РОЗДІЛ ІV**  **Фізична культура та безпека життєдіяльності** | **18** | **7** | **11** |
| 4.1 | Загальна фізична підготовка | 12 | 3 | 9 |
| 4.2.. | Гімнастичні вправи | 3 |  | 3 |
| 4.3 | Перша долікарська допомога | 3 | 3 |  |
| **5**. | **РОЗДІЛ V**  **Підсумкове заняття** | **3** | **3** |  |
| 5.1. | Багатоденна туристсько – краєзнавча подорож | Поза сіткою годин |  |  |
|  | **ВСЬОГО:** | **324** | **157** | **167** |

**ЗМІСТ ПРОГРАМИ**

**РОЗДІЛ 1**

**ВСТУПНА ЧАСТИНА**

* 1. **Вступне заняття**

Зміст і завдання роботи гуртка на навчальний рік. Особливості роботи юних літераторів – краєзнавців**.**

**Актуалізація знань попереднього навчального року. Техніка безпеки. Правила проведення краєзнавчих подорожей з гуртківцями.**

Аналіз та систематизація зібраного матеріалу під час літньої експедиції. Вивчення Правил проведення туристських і краєзнавчих подорожей з гуртківцями, затверджених наказом Міністерства освіти і науки України від 24.03.2006 року №237 « Про внесення змін до Правил проведення туристських подорожей з учнівською молоддю України»

Права та обов’язки учасників туристсько – краєзнавчих подорожей. Основні напрями робіт з підготовки подорожі. Забезпечення безпечних умов проведення подорожей.

**РОЗДІЛ 2**

**КРАЄЗНАВСТВО**

**2.1.Літературне краєзнавство, його основи. Літописання**

Ознайомлення з джерелами краєзнавства.. Робота в бібліотеках з довідниками, путівниками тощо…Збирання існуючого краєзнавчого матеріалу. Складання бібліографічних відомостей. Листування. Упорядкування запитань анкет, зразків усної народної творчості зі слів оповідача. Аналіз зібраного матеріалу. Зустрічі з літературознавцями, письменниками, журналістами, краєзнавцями, культурологами.

**Практичні заняття**

Підготовка доповідей на визначену тему. Походи та екскурсії з елементами літературно – краєзнавчої діяльності.

**2.2. Літературно – краєзнавчі сторінки рідного краю**

Краєзнавчі об’єкти. Краєзнавчі маршрути рідного краю. Літературними шляхами нашого краю. Меморіальні музеї, музеї-садиби, пам’ятні літературні місця рідного краю. Літературні музеї рідного краю.

**2.3. Сучасне літературне та культурне життя Козівщини. Майстри слова рідного краю.**

Сучасна літературна доля краю. Письменники – земляки. Видавнича доля нових творів. Зустрічі, вечори, конференції, диспути за участю сучасних письменників, критиків, літературознавців, видавців. Літературно – критичні видання України (огляд та аналіз періодичної преси з питань літератури та літературознавства).

**Практичні заняття**

Підбір тем до науково – практичної конференції. Читання творів сучасних письменників – земляків,авторські читання,знайомство з творами що не потрапили до друку, поетів та критичних оглядів з питань літератури в періодичних виданнях. Проведення читацьких конференцій, літературних вечорів. Зустрічі з літераторами. Упорядкування картотек письменників та інших діячів культури. Походи, екскурсії, збирання літературознавчого матеріалу та його обробка.

**2.4.Твори художньої та публіцистичної літератури про рідний край. Мемуарна література.**

« Роки і люди» Козова 1944 – 1994 . Автор Ядвіга Федик . Спогади про Михайла Солтиса – соратника Лева Зацного. Зустріч з Ядвігою Федик. Літописи про міста і села нашого краю. Пам’ятники видатним людям літератури, мистецтва,культурно – громадським діячам нашого краю. Ознайомлення з об’єктами культури, архітектури, пам’ятниками нашого краю. Творчість сучасних скульпторів, художників.

**Практичні заняття.**

Паспортизація пам’ятників. Екскурсія околицями селища до пам’ятних місць.

**2.5. Репресоване краєзнавство. Культурно – просвітницька діяльність в гуртку.**

Творча діяльність і життєвий шлях Якова Струхманчука.

Спогади про наших славних земляків Лева Зацного і Володимира Герету. «Поезія з неволі». Незламний борець Микола Волощук (с.Криве). Ознайомлення з новими та маловідомими публікаціями про забутих і загиблих письменників. Читання творів. Оцінка доробку літераторів. Культурно-просвітницька діяльність в гуртку. Підготовка лекторів та екскурсоводів з тем роботи гуртка.

**Практичне заняття.** Одноденний похід в село Росохуватець. Пошук літераторів та зустрічі з родичами, нащадками, друзями письменників та інших діячів культури. Збирання краєзнавчого матеріалу. Організація виставок. Виступи перед школярами, батьками. Обмін досвідом з літературними гуртками інших закладів. Сценарна робота.

**2.6. Екскурсія як спосіб пізнання навколишнього світу.** Класифікація екскурсій. Підготовка екскурсій. Екскурсія одна з форм освітньої і масової роботи. Типи і види екскурсій. Екскурсійні методи і прийоми: методи показу, розповіді, бесіди. Порядок підготовки і проведення екскурсії.

**2.7. Підготовка до краєзнавчої експедиції. Добір маршруту**.

Добір необхідного краєзнавчого , картографічного, літературного матеріалу. Розподіл обов’язків між членами групи. Листування. Перевірка спорядження.

**2.8. Масові заходи: походи, експедиції, екскурсії, конкурси, конференції тощо.** Краєзнавчі масові заходи : походи, експедиції, екскурсії, конкурси. Вибір маршруту. Підбір необхідного краєзнавчого матеріалу.

**Практичні заняття**. Впровадження та ведення щоденника гуртка. Оформлення зібраного матеріалу. Проведення літературних вечорів, читацьких конференцій , фольклорних вечорів, оформлення літературознавчих експозицій та виставок у навчальному закладі. Залучення громадськості до роботи гуртка.

**РОЗДІЛ3**

**Туристсько - спортивна підготовка**

**3.1.Топографія. Орієнтування на місцевості.**

Поняття про геодезію та топографію, їх значення в різних галузях господарства, військовій справі, туризмі. План і карта, їх подібність і відмінність. Види картографічних матеріалів, які використовують у туристсько – краєзнавчих експедиціях. Загальне поняття про масштаб карти. Топографічні умовні знаки та їх види. Форми рельєфу і способи його зображення на картах.

Загальне поняття про орієнтування на місцевості : за компасом, небесними світилами, ознаками місцевих предметів і явищ природи. Компас і його будова. Найпростіші вимірювання компасом. Поняття про азимут. Поняття про опис маршруту - легенду.

**Практичні заняття.**

Знаходження на карті об’єктів, які видно на місцевості. Визначання на карті свого місцезнаходження . Рух на місцевості з орієнтуванням за картою. Рух по маршруту за легендою та картою. Вивчення за допомогою компасу сторін горизонту.

**3.2. Організація харчування в подорожі**.

Значення правильної організації харчування в багатоденній краєзнавчій подорожі. Режим харчування в експедиції . Калорійність, поживність, смакові якості та різноманітність харчування . Пакування, транспортування і зберігання продуктів. Приготування їжі в польових умовах. Облік витрат продуктів.

**Практичні заняття.**

Складання меню дводенного навчально – тренувального походу. Складання типового циклічного меню для багатоденної умовної експедиції.

**3.3. Порядок оформлення туристської маршрутної та звітної документації**.

Порядок оформлення документації. Туристські маршрутно-кваліфікаційні комісії (МКК). Кошторис експедиції і його складові. Структура письмового звіту про експедицію. Розподіл обов’язків між членами групи з підготовки окремих розділів звіту. Єдині вимоги до підготовки технічного опису маршруту 6 достовірність, точність орієнтирів, напрямків, відстаней; наявність додаткового ілюстрованого матеріалу і рекомендації щодо проходження складних ділянок (схеми проходження, фотографії).

**3.4. Літературно – краєзнавча експедиція. Обробка зібраного краєзнавчого матеріалу**.

Збирання краєзнавчого матеріалу в польових умовах. Запис, попередня обробка та систематизація матеріалів експедиції. Підготовка виставки за матеріалами експедиції. Багатоденна краєзнавча подорож. Оформлення звітів.

**РОЗДІЛ 4**

**Фізична культура та безпека життєдіяльності**

**4.1.Загальна фізична підготовка.**

Гігієнічні вимоги до занять фізичними вправами. Режим праці, відпочинку і занять фізичною культурою. Особиста гігієна туриста – краєзнавця : гігієна тіла, водні процедури, гігієна взуття, одягу. Загартування: засоби та методика його застосування. Гартування сонцем, водою, повітрям. Шкідливий вплив паління та спиртного на здоров’я і працездатність.

Основні складові режиму дня. Ранкова гімнастика і водні процедури.

**Практичні заняття**. Розучування кількох комплексів ранкової гімнастики.

**4.2.Гімнастичні вправи.**

Гігієна гімнастичних вправ. Заходи безпеки при виконанні вправ на гімнастичних приладах. Вправи без предметів: перепади (перевороти), перекочування. Вправи з предметами : скакалками, палицями, обручами…

**4.3. Перша( долікарська )медична допомога**

Захворювання, які найчастіше зустрічаються під час подорожей, їх симптоми лікування. Профілактика захворювань і травм під час подорожі. Запобігання простудним захворюванням і обмороженням. Медична допомога при потертостях і мозолях, переохолодженнях,гострих захворюваннях черевини, порізах та інших пораненнях, укусах змій, комах , тварин. Допомога потопаючому.

Похідна аптечка. Транспортування потерпілого. Способи транспортування

**Практичні заняття.**

Накладання пов’язок, шин. Виготовлення нош, способи транспортування потерпілого.

**РОЗДІЛ 5**

**Підсумкове заняття**

Підведення підсумків роботи гуртка за рік. Відзначення кращих вихованців гуртка за підсумками навчання. Завдання на літо.

**5.1. Багатоденна туристсько – краєзнавча подорож**

Підготовка та проведення туристсько – краєзнавчої подорожі як форми комплексного закріплення та реалізації набутих вихованцями знань, умінь та навичок у навчальному році ( проводиться поза сіткою годин, як правило, під час літніх канікул).

**ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ**

**Вихованці повинні знати:**

* краєзнавчу та спеціальну літературу з історії рідного краю;
* основні літературні та краєзнавчі об’єкти України;
* історію краю, відображену в літературних творах;
* схему та опис маршруту краєзнавчої експедиції;
* фотодокументи та інші джерела про історію рідного краю;
* права та обов’язки учасників краєзнавчих подорожей;
* вимоги до організації харчування туристів;
* умовні знаки спортивної та топографічної карти, порядок проходження дистанцій на змаганнях зі спортивного орієнтування;
* туристські можливості нашого краю;
* порядок дій в екстремальній ситуації в поході,порядок надання першої медичної допомоги;

**Вихованці повинні вміти:**

- працювати з краєзнавчою та спеціальною літературою в архівах, бібліотеках та інших установах;

- складати літературні маршрути;

- самостійно вести щоденники, літописи,написання листів;

- збирати та систематизувати краєзнавчий матеріал;

- розробляти анкети та запитальники;

- оформляти звіт про краєзнавчу експедицію, виступати з доповідями, рефератами, пропагувати роботу літературно - краєзнавчого гуртка;

- розробляти маршрути краєзнавчих експедицій;

- орієнтуватися на місцевості за допомогою карти та компасу, проходити маршрут за легендою, картою;

- складати меню для краєзнавчої експедиції чи походу;

- готувати їжу в польових умовах;

- дотримуватися правил санітарії, гігієни та техніки безпеки;

- співпрацювати з ровесниками під час колективної роботи;

- надавати першу долікарську медичну допомогу;

Вихованці повинні взяти участь в краєзнавчій експедиції, туристському поході.

**БІБЛІОГРАФІЯ**

1. Баран Г.Я.. Над Стрипою: Путівник по туристському маршруту. - Львів: Каменяр,1981

2.Блажкевич Іванна. Драматичні твори для дітей. Тернопіль. -1993.

3.Блажкевич І.О. Діточий садок на селі в часі літніх робіт. - Тернопіль,2003.

4.Вихрущ В.П.На крилах любові: Поезії. - Львів: Каменяр1984.

5. Воропай О. Звичаї нашого народу : Етнографічний нарис. – К.: Оберіг,1993.

6. Герета Олесь. Воскреслі звуки. - Тернопіль: «Збруч», 1997.

7.Думка Павло. Молитва рільника. - Тернопіль: «Діалог», 1994.

8.З історії Тернопільщини : Навчально -методичні рекомендації при ви вченні тем « Наш край». - Тернопіль,1990.

9.Козова і околиці у спогадах емігрантів. Тернопіль,1992.

10 Ковальчук О.В. Українське народознавство: Книга для вчителя. – К.:Освіта.,1992.

11. Кондратюк А.І. З вишневого саду: Науково – художні оповідання (Передм. В. Т. Скуратівського. –К.:Молодь,1991

12. Коваль Мирослав. Драгоманівський ранок (Упоряд. В.Хома) – Тернопіль,1998.

13. Килимник Степан. Український рік у народних звичаях в історичному освітленні. Книга І , кв .П. - К.:Обереги,1994.

14. Лепкий Лев. Журавлі: Збірник пісень. - Тернопіль: « Збруч»,1989.

15. Мій родовід: Учителю народознавства, - Тернопіль,1992.

16. Мазепа Богдан. Полум’яні акорди. - Тернопіль,1998.

17.Назарків Ганна. Кольорові сни :Поезія. - Тернопіль,2001.

18. Назарків Ганна. На вершині літа: Поезії. - Тернопіль: Джура,2006.

19.Новацька Стефанія. Недописана книга:Наш родовід. - Тернопіль –Львів. Компанія « Манускрипт»,2003.

20. Найдорожчий скарб: Слово про рідну мову: поезії. Вислови(Упоряд. Лучук В.І.- К.:Рад. Письменник,1990.

21. Подуфалий В. Срібне джерело:Пісні на тексти В.Залізного. –Тернопіль,1997.

22. Подуфалий В . Земле моя,Україно: Пісні на слова Й. Мартинюка. - Тернопіль,1999.

23. Півсеток Є.М. Над Стрипою : Поезії.-Тернопіль.

24. Рости на щастя України – мами: Галицька читаночка Упоряд. Мельничук Б.І.,Проник Б.В.- Тернопіль :Редакційно видавничий відділ управління по пресі,1991.

25.Райтер – Костів Мирослава. Ми з трагічного покоління : спогади, документи , листи. –Тернопіль,2004.

26. Скуратівський В.Т. Берегиня: оповіді, новели. –К. : Рад.письменник,1987.

27.Скуратівський В.Т. Покуть. –К.: «Довіра»,1992.

28. Скуратівський В.Т. Обереги пам’яті. –К.1992.

29. Сім’я Г.Ф. На хвилях життя : Поезії. –Козова,1993.

30.Тучапський Я.С. Вистраждане на паростках надій : поезії, пісні –Тернопіль:Лілея,1996.

31.Українські народні звичаї та обряди. Програма – запитальник. –К.,1993.

32.Українські народні звичаї в сучасному побуті. Видавничий центр «Фенікс». Львів,1990.

33. Франко Іван в Купчинцях і Драгоманівці . Упоряд. В.Хома. - Козова 1996.

34.Федорів Тетяна. Я до вас ще повернуся…упоряд. Савак Б. – Тернопіль:Лілея,1993.